

Nº 2
OCTUBRE 2018

EL DEPORTE DE ELLAS VALE 
DEPORTISTAS
Navarras

Nafarroako  Gobierno
Gobernua de Navarra



**Alcanzando
nuevas metas**

EL DEPORTE DE ELLAS VALE 
DEPORTISTAS
Navarras

**¿Te gustaría recibir
de forma gratuita los
próximos boletines de
Deportistas Navarras?**



ÍNDICE

«Afronto cada competición como si fuese la última»

Maitane Melero Lacasia

(Pamplona, 1983)

Deportista, trabajadora y madre. Madre, trabajadora y deportista. Son múltiples las combinaciones y todas serían válidas porque todas definen el día a día de Maitane Melero, un caso excepcional en el mundo del atletismo, deporte en el que ha destacado tarde, después de haber sido madre, aunque correr haya formado parte de su vida desde que nació.



Todas las imágenes han sido cedidas por Maitane Melero.

Ingeniera agrónoma y una de las mejores fondistas españolas en la actualidad. Tras más de veinte años compitiendo es ahora cuando ha superado al cronómetro y los resultados le han llevado a debutar con la selección nacional. La internacionalidad le llegó en diciembre de 2017 compitiendo en el Campeonato de Europa de Cross de Samorin. Melero repetía convocatoria para la Copa de Europa de 10.000 metros en Londres donde fue la mejor española consiguiendo la mínima para el Campeonato de Europa de Berlín, la gran cita



Foto: La presidenta Uxue Barkos entrega los Galardones Deportivos del INDJ 2017 a Maitane Melero e Iván Salguero como mejores deportistas. Autoría: Gobierno de Navarra.

continental del atletismo a la que ha llegado por primera vez a sus 35 años. Todo un ejemplo de constancia de una mujer que disfruta con cada zancada, que ha sido reconocida con el premio a Mejor Deportista Navarra de 2017 por el Instituto Navarro de Deporte y Juventud.

¿Cómo llega el atletismo a su vida?

Desde muy pequeña me ha gustado correr, era una niña muy movida, muy activa. Iba corriendo a todos sitios. Mi madre dice que empecé a correr antes que andar. Con once años un profesor de Educación Física me dijo que tenía facultades para el atletismo y me apunté al equipo del colegio más cercano donde vivía, en el Santo Ángel. Me enganchó y hasta hoy.

«Mi vida es similar a la de una persona con familia, trabajo y una afición»

¿Había muchos equipos de atletismo?

Era muy difícil encontrar equipos. No hay muchas escuelas, no es como el fútbol que todos los colegios tienen esa oferta. En Pamplona había tres, cuatro equipos. Cuando yo empecé el Pamplona Atlético no tenía escuelas, empezaba en la categoría de junior que es en la que yo llegué. Antes estuve en el Santo Ángel, Maristas, Intersport Ederki y el Pamplona Atlético ya en junior con 19 años. Con 21 me fui al Ardoi y, después de trece temporadas, con 34 años regresé al Pamplona Atlético, mi actual club.



Foto: Melero ganando el Campeonato de España 2018 de pista cubierta en 3000 metros.



Foto: Emocionada tras conseguir la mínima para el Europeo de Berlín 2018.
Autoría: Sportmedia.

Después de tantos años en el atletismo, ¿por qué están llegando ahora los resultados?

Han sido muchos años de trabajo, de entrenamiento, de disciplina, de continuidad... Hace dos años, cuando yo creía que tenía que colgar las zapatillas porque fui madre, cambio mi mentalidad a la hora de enfrentarme a este deporte. Las prioridades cambian en la vida.

Ya no tengo presión por correr. Disfruto cada vez que saco tiempo para mí, para entrenar. Me cuesta tanto encontrar esos momentos que los disfruto muchísimo. Ahora valoro poder entrenar, las competiciones, que me guste...

Mis prioridades han cambiado. Si antes hacía un mal entrenamiento, se me hundía el mundo. Ahora me importa que mi familia esté bien y tener trabajo. No tengo la presión que podía tener antes.

De cara a las competiciones tengo una edad, me cuesta mucho sacar tiempo y no sé cuánto podré seguir llevando este ritmo de vida. Afronto cada competición como si fuese la última y eso me da un plus, es un extra de motivación a la hora de competir.

Detrás hay gente que me está llevando muy bien. Tengo un entrenador que piensa en cada detalle para que yo y el grupo con el que entreno mejoremos cada día. El Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte de Navarra, con Esteban Gorostiaga, nos hace un seguimiento y supervisa la planificación de mi entrenador, Patxi Morentin, para evitar que nos sobreentrenemos o que lleguemos fatigados, siempre pensando en alargar la vida deportiva lo máximo posible. No nos han quemado ni nos han exprimido en etapas previas. En el CEIMD miran a largo plazo.

«Corría la distancia que mas me gustaba, no la que mejor se me daba»

¿Cómo es ahora ese día a día?

Tienes que poder conciliar vida laboral, familiar y deportiva. Lo primero ha sido reducir mi jornada laboral. Mi horario era de ocho de la mañana a cinco de la tarde, más media

hora de desplazamiento. Me quito la hora de comer, trabajo de ocho a tres y así tenemos la tarde para organizar los dos las tareas. Cuando llegamos empezamos a encajar el puzzle, quién se queda con nuestro hijo, quién hace la compra, quién pone la lavadora... Si mantuviese mi jornada laboral completa, sería imposible conciliar. No podría estar con mi hijo o tendría que renunciar a entrenar.

Tengo un acuerdo con mi pareja para todos los días tener una hora al día para cada uno de nosotros. Nos parecía muy importante tener un espacio para nosotros mismos. Él juega a fútbol, tiene sus hobbies y yo lo dedico a entrenar. Cada día me voy una hora a correr. Tengo la ventaja de que el deporte que yo practico me da mucha flexibilidad en cuestión de horarios y lugares de entrenamiento.



Foto: 75º Cross Internacional Juan Muguerza en Mintxeta, Elgoibar.

Larrabide está cerca de donde vivo, puedo correr a cualquier hora prácticamente en cualquier sitio.

Me llevo a Ibai a las competiciones que puedo; como suelen ser de fin de semana, ir y volver, no siempre viene conmigo, pero cuando son más largas sí intento llevármelo. Es una motivación. Si están en la grada me cargan de energía positiva. No solo mi hijo y mi pareja, también mis padres, mi entrenador... me dan mucha confianza.

«No descanso lo que debería»

Ha llegado a la selección esta temporada.

La primera convocatoria fue en el europeo de Cross, que es una disciplina que no me gusta nada. ¿Quién me iba a decir a mí que después de tanto tiempo iba a ser internacional en una disciplina que no me gusta? Solo he corrido crosses en Navarra. El año pasado me planteé correr a nivel nacional a ver qué pasaba y lo que pasó es que me metí en el Campeonato de Europa. Uno de los problemas que he tenido es que he corrido siempre la distancia que más me ha gustado, 1.500 metros, y creo que tengo más facultades para distancias más largas, pero era cabezona y corría la que me gustaba en lugar de la que mejor se me daba.

Ahora he dado el salto al 5.000 y he conseguido el subcampeonato de España. Y este 2018 que me he puesto el 10.000 como objetivo, he sido convocada para la Copa

de Europa de Londres consiguiendo el mejor puesto de las españolas y la mínima para el Campeonato de Europa de Berlín.

Su carrera deportiva siempre ha sido a tiempo compartido.

He tenido siempre claro que el atletismo no iba a ser toda mi vida, era un complemento. Quería estudiar una carrera y labrarme un futuro. Estudié en Pamplona Ingeniería Agrónoma. Esos fueron los años más difíciles para entrenar. Tenía clases por la mañana y prácticas por la tarde y me costaba mucho sacar tiempo para entrenar; si no tienes continuidad, al final los resultados no llegan. Tenía muy claro que quería sacar la carrera en cinco años más el proyecto final de carrera, no quería alargarlo como hacen otros atletas. Quería terminar, empezar a trabajar e independizarme. Y así lo hice. Una vez empecé a trabajar, conocí a mi pareja y tuve claro que quería ser madre, no anteponía el atletismo a la maternidad. Pero en toda esta consecución de hechos siempre ha estado el deporte en mi vida. Para mí es muy importante el atletismo, soy muy exigente, quiero hacer las cosas bien, pero he entrenado como he podido hasta ahora.

¿Se ha planteado que habría pasado si se hubiese dedicado en exclusiva al deporte?

Me voy a quedar con la duda de hasta dónde podría haber llegado dedicándome al cien por cien al atletismo. Sí me gustaría dedicarme en exclusiva y coger una excedencia para preparar un campeonato. Tener un



Foto: Melero con su familia en la Copa del Mundo de Londres de 10.000 metros.
 Autoría: Sportmedia.

año para probar hasta dónde puedo llegar... Tener más tiempo para descansar. Uno de los problemas es que no descanso como debería. Pero pienso que lo que me va a dar de comer el día de mañana, y más con un hijo, es mi trabajo y no puedo hacer muchas tonterías. En mi empresa trabajo en el departamento de calidad de proveedores y tenía que viajar mucho, ir a China, la India o Brasil casi de un día para otro y mi planificación deportiva se paralizaba por completo y no podía progresar. A raíz de tener reducción de jornada por la maternidad, llevo dos años sin viajar y eso me da mucha estabilidad para organizar los horarios, entrenamientos... Y tengo la suerte de que en mi trabajo me están respetando mis funciones de ingeniera, pero tampoco sé cuánto tiempo voy a poder aguantar esta situación.



Foto: Copa del Mundo de 10.000 metros en Parliament Hill, Londres 2018.
Autoría: Sportmedia.

Conozco casos de mujeres que son ingenieras, se han reducido la jornada y como no quieren viajar ahora trabajan de administrativas. A competiciones con la selección como la Copa de Europa o el europeo de Berlín voy cogiendo vacaciones de mi trabajo. No me dan días libres. De hecho, se me están acabando las vacaciones y de cara a

Navidades no sé qué va a pasar. En cuanto a organización mi vida es muy similar a la de cualquier otra persona que tenga su familia, su trabajo y luego tenga una afición, que en mi caso es correr, lo que pasa es que estoy teniendo resultados. No puedo permitirme ese año de excedencia porque tampoco tengo ayudas.

La única beca que he recibido hasta ahora es la de la Federación Navarra por los resultados con la selección navarra y ahora recibiré una beca de la Fundación Miguel Indurain dentro del programa olímpico Tokio 2020. Los resultados que he conseguido en 2017 han sido sin ninguna ayuda, ni beca, ni patrocinador. Comprándome yo el material para correr y en muchas competiciones pagando el viaje y la estancia de mi marido y mi hijo, porque a los seis meses de nacer ya estaba compitiendo, pero seguía dándole el pecho y tenía que venir conmigo. A la Copa del Mundo de Londres he ido con la selección, pero yo he pagado el viaje de mi hijo y mi pareja. Ahora tiene dos años y se podía haber quedado en casa con su padre, pero si hubiese tenido seis meses me lo hubiese tenido que pagar también. En su día solicité las ayudas a la maternidad de los programas Mujer y Deporte, pero me dijeron que no tenía el nivel para solicitarla porque cuando en enero de 2016 nació mi hijo, no era DAN. Son ayudas para olímpicas o entre las quince primeras del ranking mundial y no sé cuántas madres deportistas hay que lo puedan cumplir. Las ayudas están ahí pero no sé para quiénes son.

«Me gustaría dedicarme en exclusiva al atletismo»

¿Con este panorama preguntar por Tokio...?

¡Buah! -exclama-. Ahora mismo, como mucho puedo pensar a dos meses vista. Mi objetivo es la siguiente competición. Mi día a día es muy estresante. Mi ritmo



Foto: Reunión Internacional de Atletismo en Pista Cubierta - Villa de Madrid 2018.

de vida es muy alto, me cuesta mucho organizar todo para poder sacar un rato para entrenar. Dependo del entorno, de mi familia para que me echen una mano con Ibai. Por la mañana está en la guardería mientras trabajamos, pero a la tarde hay que turnarse. No puedo pensar en el futuro, tengo que pensar a muy corto plazo.

«No llegamos al gran público»

¿Qué habría que hacer para atraer a más niñas al deporte?

Ahora creo que hay más escuelas de atletismo y es positivo. Hay que ofertar. Tiene que ser un deporte que tenga publicidad y que las niñas lo conozcan. Pero es importante que tengan una persona visible. Igual que ven a los futbolistas, que sepan quienes son las atletas, que conozcan los resultados que consigue el atletismo navarro. Hay que darle publicidad para que la gente joven vea que con esfuerzo las cosas se pueden conseguir y se motiven.

Hay que darles difusión. La Federación está haciendo esfuerzos para promocionar el atletismo. Los medios cada vez se están haciendo más eco del atletismo y es algo positivo, pero faltan también medios. En Pamplona no tenemos pista cubierta y el invierno es muy duro. En Navarra no hay instalaciones acondicionadas para entrenar en épocas de frío. O entrenan en frontones o en la calle a temperaturas que no son adecuadas para más pequeños y pierden interés.



Foto: Recepción en el Ayuntamiento de Pamplona por el título de campeona de España de pista cubierta. De izqda. a dcha. Izaskun Turrillas, Joseba Asiron y Maitane Melero.

¿Maitane Melero tenía referentes?

Había atletas que me gustaban, pero ídolos no. A nivel navarro me gustaba Sagrario Izquierdo, que tenía todos los récords navarros y le tenía admiración a nivel deportivo y personal. Ahora está de entrenadora y sigue siendo un referente. Pero si sales del entorno del atletismo no sé quién nos puede conocer. No llegamos al gran público. Me ha pasado hablar con amigos y amigas, hablarles de atletas muy conocidos, medallistas olímpicos y no conocerlos. Es triste, en España se da más importancia a competiciones de carreras populares que una competición federada. Coges el periódico y le han dado más espacio a una carrera popular que a la Liga de División de Honor en Málaga. Es como si en el fútbol se le diese más valor a un partido regional que a uno de primera división. ■



Maitane Melero Lacasia

- **Club:** Grupompleo Pamplona Atlético.
- **Entrenador:** Patxi Morentin.
- **Campeona de España de 3000 metros en pista cubierta,** Valencia 2018.
- **Subcampeona de España de 5000 metros al aire libre,** Barcelona 2017.
- **Subcampeona de España de Milla en ruta,** Puerto Lumbreras 2017.
- **Posee los récords navarros al aire libre de 1.500, 3.000, 5.000, 10.000 metros y 10 km ruta, así como las plusmarcas en pista cubierta de 1.500 y 3.000 metros.**

Sus mejores marcas al aire libre:

METROS	TIEMPO	AÑO
1.500	4:18.74	2017
3.000	9:18.56	2017
5.000	16:07.73	2017
10.000	32:50.30	2018 Copa del Mundo de Londres



**«Aquí cabemos todas»
La Unica Rugby Taldea**

Las fotos de este reportaje han sido cedidas por La Unica Rugby Taldea.

La Unica Rugby Taldea es el único equipo femenino de Navarra que compite en liga federada senior, una singularidad que las ha convertido en el referente del rugby navarro y el lugar de acogida para todas las mujeres que quieran acercarse a este deporte, sin importar su edad, estatura, físico o habilidades porque, como ellas mismas dicen, «aquí cabemos todas».

Una afirmación que no es gratuita. Altas, bajas, grandes, pequeñas, veloces, lentas... hay un puesto para las fisionomías más diferentes. Jóvenes que no habían hecho antes ningún deporte o incluso gimnastas de

rítmica en la infancia que ahora juegan de segundo centro. Es la grandeza de un deporte inclusivo en el que cualquier mujer tiene algo que aportar al equipo. Este es uno de los ingredientes básicos para el crecimiento de este deporte, a lo que debemos añadir la mayor visibilidad que la incorporación al programa olímpico (en su versión de Seven) ha dado al juego, rompiendo los falsos estereotipos que lo marcaban como un deporte «violento» y poco adecuado para las mujeres.

Nada más lejos de la realidad. Las jugadoras de La Unica lo reflejan a lo largo de este reportaje ofreciéndonos

las claves del éxito de su equipo y del crecimiento exponencial que ha vivido el rugby entre las mujeres.

«De la universidad a luchar por el ascenso»

El equipo de La Unica nació en la universidad, como parte de las actividades deportivas que se proponían a las estudiantes que llegaban. El responsable del servicio de Deportes de la Universidad Pública de Navarra, Iñaki Bengoetxea, era entrenador de rugby y a todas las estudiantes que querían hacer deporte, les proponía que conociesen el mundo del balón oval.

Arantxa Ursúa Andrés (Pamplona, 1979) es una de aquellas estudiantes que hace veinte años cogió por primera vez ese curioso balón y que en la actualidad continúa jugando como apertura. Ursúa es la única veterana que vivió los inicios en la UPNA y conoce mejor que nadie la historia de este equipo. «*Cuando empezamos, estábamos entre veinticinco y treinta mujeres, porque al estar en el Servicio de Deportes de la Universidad nuestro entrenador las mandaba al rugby cuando preguntaban por un deporte que practicar. Todas venían de haber hecho otros deportes, jugadoras de balonmano, de soga tira... Al principio casi ninguna conocíamos este deporte. Recuerdo el gran ambiente de grupo, nos divertíamos, jugábamos... pero la competición estaba en un segundo plano. Ahora el compromiso ha cambiado, técnicamente las jóvenes llegan formadas*».



Foto: Noelia Telletxea ensayando ante El Salvador, en partido amistoso.

Unas jóvenes que ahora llegan formadas gracias a la integración de ese primer equipo universitario en la estructura del club La Unica. *«Hasta 2003 estuvimos en la UPNA. Íbamos creciendo y no tenía sentido seguir en la universidad, no teníamos competición, solo el Campeonato de España Universitario, aunque desde 2001 jugábamos también la liga vasca. Entrenábamos compartiendo campo con el equipo de La Unica masculino y decidimos plantearles crear un femenino y en la temporada 2003/2004 nos abrieron las puertas. Desde entonces han pasado quince años y seguimos. Al entrar en La Unica se abrió el perfil, hicimos promoción y fueron entrando jugadoras de otros ámbitos, porque hasta entonces éramos casi todas universitarias. El siguiente paso fue apostar por las categorías inferiores. En 2008, solo había senior masculino y femenino y se apostó por la cantera de donde han salido gran parte de las jugadoras actuales»,* comenta la veterana jugadora.

«El nivel deportivo ha subido tanto que ha cambiado la importancia que se le da»

Ahora completan una plantilla de dieciocho jugadoras sénior con dos júnior y nueve sub-20, que les ha permitido crear un equipo senior B, además de las casi cuarenta fichas de jugadoras que van desde sub-18 a sub-8. La llegada a La Unica les ha permitido crecer en un deporte minoritario en el que las mujeres nunca han estado en igualdad. *«El trato es exquisito, nos dan todo el apoyo logístico, tenemos todo el material necesario*



Foto: Arantxa Ursúa intentando recuperar el balón.
Autoría: Cristina Núñez Baquedano.

y entrenamos a campo completo dos días a la semana, más otro día de físico con un preparador. Antes nos tocaban los peores horarios para los partidos, ahora se busca el consenso. El nivel deportivo está subiendo tanto que ha cambiado la importancia que se le da, pero no estamos en igualdad. A nivel de chicos existe una División de Honor y una División de Honor B, pero en féminas el salto es de la máxima categoría a ligas regionales y es un escalón BRUTAL. Detalles como el de tener que jugar un play-off de ascenso con tres partidos en un solo fin de semana, o que te manden árbitros que no tienen el nivel senior... Lo mejor es el ambiente del equipo, tanto en chicos como en chicas. Tenemos el rugby en común y nos une mucho», asevera Arantxa Ursúa.

En La Unica no hay mujeres en su Junta Directiva. Arantxa Ursúa es la única mujer que forma parte de una de las comisiones, la deportiva. Ellas representan actualmente un treinta por ciento de las fichas del club, siguen en constante crecimiento, pero reconocen que hay estamentos a los que les cuesta llegar: *«Entrenadoras mujeres hemos tenido dos en veinte años. Y esta temporada, en julio estábamos todavía buscando entrenador. No sabemos por qué, pero ellos encuentran rápido y a nosotras nos cuesta encontrarlo»,* comenta Ursúa.

«Todo el mundo tiene un puesto en el que encajar»

Donde tienen mayor presencia es en las cuestiones de logística. El club tiene una comisión de madres que se ocupa de comprar y repartir las equipaciones, merchandising, material, y todas las actividades que se organizan para intentar conseguir dinero. Para esta veterana del rugby queda mucho por evolucionar: *«Estamos viendo en las grandes competiciones los resultados abrumadores de las mujeres, pero los medios de comunicación no acompañan. La divulgación es de vergüenza en cuanto a espacio y tratamiento. No tener el suficiente reconocimiento ralentiza la evolución. Los Juegos de Río fueron el gran escaparate del rugby femenino».*

Una evolución que sigue en proceso, pero que ya ha dado jugadoras a la selección nacional. Es el caso de **Agurtzane Orbegozo**, que empezó con el equipo de la



Foto: Plantilla de La Unica Rugby Taldea A.

Universidad y llegó a la selección de Seven para jugar un Mundial y un Europeo con España. O jugadoras que despuntan con La Unica y que optan por dar el salto a la liga francesa, donde el nivel es mucho mayor. **Maitane Salinas Lizoain** y **Saoia Jaurena Hatxa** se fueron a jugar a Bayona con un equipo de Top-8, el equivalente a la División de Honor española. El cambio de nivel ha permitido a Maitane Salinas formar parte de la selección

absoluta que este año conquistó de nuevo el Campeonato de Europa y a Saoia Jaurena disputar el Mundial de Irlanda en el que «Las Leonas» fueron décimas del mundo.

«No tener el suficiente reconocimiento ralentiza la evolución»

De esas diferencias de nivel nos habla **Haize Goñi García** (Pamplona, 1985), una de las subcapitanas de La Unica: «Al ser el único equipo de Navarra jugamos en la liga vasca, donde hay más clubes. Las diferencias se ven en las autonomías donde hay más licencias, hay más equipos y más jugadoras en la selección absoluta. Nosotras jugamos con licencia vasca y de cara a un campeonato autonómico pueden convocar a cualquier jugadora navarra y alguna

se ha visto en la tesitura de tener que elegir. Las de mayor nivel optarían por la vasca por una cuestión puramente deportiva. La selección navarra, si saliera, sería una selección de nivel B, no de nivel A como la vasca». Es el caso de **Maddi Braco** que acaba de participar en el Roma Sevens, convocada por la selección Absoluta de Euskadi.



Foto: Maddi Braco ante el G.E.i.E.G en la fase de ascenso.

El nivel ha crecido de forma exponencial desde los inicios de este equipo. De perder más partidos de los que ganaban a jugar la fase de ascenso a División de Honor las últimas temporadas, fruto del trabajo desde la base y de su apertura a jugadoras de fuera de la universidad, aunque

beneficiada también por la participación del Getxo, su gran rival, en la máxima categoría.

La capitana de La Unica, **Ainhoa Díaz Chango** (Pamplona, 1989) nos explica cómo ha sido esta evolución: «Los primeros años contábamos con un equipo justo de fichas, cada temporada nos planteábamos si jugar a XV, la modalidad habitual, o a 12, modalidad que se permite a los equipos femeninos para facilitar que se mantengan y puedan jugar. Teníamos diecisiete o dieciocho fichas y decidimos jugar la liga vasca a XV. Nos salió bien. Nos clasificamos para la fase de ascenso en Madrid ante el Sanse Scrum. Fue un premio. La liga vasca era supercomplicada y llegar a la fase fue una recompensa al esfuerzo de todo el año. Fuimos segundas y promocionamos ante G.E.i.E.G. de Girona, que eran las que descendían, y ahí comprobamos que no teníamos el nivel para División de Honor».

«Llegar a la fase de ascenso es la recompensa de todo el año»

Al año siguiente hubo cambio de entrenadores, baja de jugadoras y el equipo no funcionó igual. La temporada 14/15 volvieron a cambiar de entrenadores, llegar nuevas jugadoras y comenzaron a crecer. El Getxo sigue siendo inalcanzable, pero comprueban que empiezan a superar a otros rivales con relativa comodidad y vuelven a clasificarse para la fase de ascenso. La siguiente temporada, 2015/2016, llega la primera victoria ante el Getxo.

«Esa temporada tuvimos un entrenador argentino con el que subimos el nivel y empezamos a superar con comodidad a los equipos vascos, incluso ganar al Getxo y ser primeras. Jugamos en Valladolid el ascenso, pero el formato no nos beneficiaba y encima tuvimos un pequeño percance con el autobús y llegamos tarde al partido. El conductor no conocía la ciudad y nos metimos en una calle por la que no cabíamos. Nos bajamos del autobús y entre todas levantamos un coche y lo subimos a la acera para poder pasar, pero eso nos costó llegar al partido sin tiempo para calentar, desconcentradas y perdimos ante el Cisneros», relata la capitana Ainhoa Díaz.



Foto: Ainhoa «Txapis» defendiendo.

Para **Haize Goñi**, el cambio de mentalidad ha sido primordial para que el equipo creciese: «Cuando empecé había gente que llevaba tiempo jugando. Íbamos a jugar la liga vasca por tener partidos de competición, casi por ocio. Hemos perdido partidos 75-0, porque el objetivo era otro. Poco a poco, a medida que la gente que ha empezado como yo, sin idea, va aprendiendo, se puede avanzar. Ha hecho mucho la Rugby Eskola, las chicas vienen técnicamente formadas, placan perfectamente, tienen la técnica individual. Les falta la visión de juego en equipo, pero en dos años pillan el sistema de juego y así se ha ido subiendo el nivel del equipo. Ahora el objetivo ha cambiado. Llevamos unos cuantos años ganando la liga vasca y jugando la fase de ascenso a División de Honor, pero no terminamos de estar muy finas. El formato nos pasó factura».

«Tantos años de superioridad nos han hecho confiarnos»

La Unica ganó la liga vasca la temporada 2017/2018, clasificándose de nuevo para jugar el ascenso. Una fase que superó en su primera parte con dos cómodas victorias ante el Muralla de Lugo y el Unizar de Zaragoza, y una derrota en la última jornada ante el G.E.i.E.G. de Girona. La segunda parte del ascenso fue muy distinta. El cruce las enfrentaba al Universitario de Sevilla, un equipo que mostró su superioridad: «Contra las cocodrilas hemos perdido y comprobado que no tenemos un equipo maduro para Honor. Las cocodrilas (así se conoce al equipo

sevillano) es un ejemplo de que con recursos y apoyos se consiguen resultados, porque en Andalucía solo hay tres equipos y el Universitario ha conseguido el ascenso a la máxima categoría. De cara a la próxima temporada nos hemos replanteado si el objetivo es llegar a la fase o ascender. Hace falta mayor compromiso. Entrenando dos días a la semana ganas la liga vasca, pero no te vale para estar en División de Honor. Ahora somos superiores a otros equipos y vas con la seguridad de que ganarás. Este año creo que va a estar más reñido, con el Getxo



Foto: «Maul» de La Unica contra el Hernani.

recién descendido y el Eibar en claro ascenso. Nosotras hemos subido a base de trabajo, pero los otros equipos también entrenan y trabajan. Tengo la sensación de que tantos años de superioridad nos han hecho confiarnos y las demás han seguido trabajando y subiendo el nivel».

«Los valores son primordiales en este deporte»

Así lo cree **Haize Goñi**, una mujer que llegó al rugby en la universidad. Ella misma reconoce que no era muy deportista: «Aeróbic era lo máximo que hacía, nada de equipo ni de horarios, ni compromisos. Un día me planteé que necesitaba algo para descargar mis fuerzas. Se lo comenté a mi ama y a las dos semanas y me puso en contacto con una amiga suya que tenía una sobrina jugando a rugby y encontré mi deporte. Soy grande, me manejo con el cuerpo, los deportes clásicos como el baloncesto, fútbol, patinaje... no encajaban con mi forma de ser, no sentía que una persona como yo tuviese sitio en estos deportes. Con el rugby me veía incluida. Va con mi cuerpo y con mi personalidad».

La diversidad del vestuario es una de las características del rugby. «En cualquier otro deporte tienes que tener un perfil concreto para gozar de minutos, el rugby es más inclusivo porque hace falta mucha gente con distintas características», apunta Haize. «Las líneas deben tener potencia y velocidad; las delanteras un peso mínimo... Todo el mundo tiene un puesto en el que encajar».

No es una afirmación gratuita. Buena prueba de la misma es la segunda centro del equipo, cuyos inicios en el deporte fueron en la gimnasia rítmica.

«Quien llega se queda, porque te acogen»

Ana Mariñelarena Urdaniz, (Pamplona, 1988) comenzó en el rugby al terminar la carrera de Magisterio en Educación Física. Con tan solo seis años su pasión era la gimnasia rítmica. *«Soy muy elástica y me pasaba el día haciendo el pino y el spagat. Mi madre me apuntó a Rítmica como una extraescolar en el Vázquez de Mella y pronto pasé al Lagunak a nivel competición. Después llegaría al Anaitasuna para formar parte del Conjunto. A los doce años lo dejé porque en ese momento me veía más corpulenta que mis compañeras y me daba miedo que empezaran con dietas. Años después he visto fotos y no era verdad, estaba igual que ellas pero más musculada. Me sorprendía a esa edad que me pesasen todos los sábados. En las competiciones se comía muy poco para mí y no comía más por miedo. Miedo a que me dijese que no comiese pan o me pusiesen a dieta. Además, eran cinco días de entrenamiento más ballet. Yo vivo a media hora de Pamplona y cada día eran tres horas, incluso cuatro de entrenamiento y mis padres se quedaban esperándome. Nunca se quejaron, pero yo era consciente de que era mucho para ellos y decidí dejarlo».*

Lo que no dejó fue el deporte. Siguió con aeróbic, natación, incluso compitió a pala durante un tiempo en



Foto: Ana Mariñelarena como gimnasta y como jugadora de rugby.

el Oberena, hasta que descubrió el rugby. *«En el pueblo de mi padre había una chica que siempre me decía que valía para el rugby, pero me daba miedo lesionarme. Durante la carrera conocí el deporte y me convencí de que tenía que probarlo. Llegué a La Unica y me encontré un equipo de amigas. Había dejado la pala porque me sentía desplazada. No tenía mucho tiempo para entrenar porque estaba estudiando y solo nos tenían en cuenta cuando faltaba alguien. Me sentía la suplente de la suplente. No me gustó. Llegar a La Unica y ver que cuentan contigo desde el primer momento y te sientes valorada.... En el rugby hay cabida para todas. Quien llega se queda porque te acogen»*, afirma Mariñelarena.

«No hay prueba para nadie, quien quiere entrenar se puede quedar. Todo el mundo vale». Así de rotunda es la capitana

Ainhoa Díaz. *«Siempre hay una posición para todas. Entrás en un vestuario y no hay dos iguales. Hay puestos para tantas habilidades diferentes que a nadie se le dice que no vale. Parece un mensaje bonito, pero es la realidad».*

«Todo el mundo vale»

Por las manos de Ainhoa pasan todos los balones. Ella es la medio melé, la persona encargada de distribuir el juego. De sus manos el balón suele llegar a Arantxa Ursúa, la medio apertura, o a una delantera. Una jugada que se repite en cada partido, aunque con la peculiaridad de que en este deporte para ir hacia delante siempre se tiene que lanzar hacia atrás.

La capitana insiste en la necesidad de divulgación. «Es un deporte superinteresante de conocer por dentro. El club va a los colegios, las jugadoras y jugadores enseñan a niños y niñas cómo se juega. En los medios no lo ven. Es importante que se sepa que no es violento, hay una parte agresiva porque hay placajes, pero nadie va a hacerte daño. Todo se trata con muchísimo respeto. Los valores son primordiales en este deporte, el respeto, el tercer tiempo, el buen rollo con los otros equipos».

«Es importante que se sepa que no es violento»

La única jugadora que continúa en el equipo desde que se creó, Arantxa Ursúa, coincide con la capitana: «La gente llega por hacer deporte, porque han oído hablar a alguna conocida, pero conocimiento del rugby, muy poco. Ahora ha cambiado. Creo que son varios factores. Los Juegos de Río supusieron un impulso muy fuerte. También un cambio social, se nota en las jóvenes que aparecen cada vez con menos años y que se quedan mucho tiempo. Los padres y madres vienen con reticencia, por la imagen que tiene de duro, pero cuando lo descubren se sorprenden por el trato que se da a jugadoras y jugadores, el tercer tiempo, el compañerismo con las rivales. Es muy diferente a lo que se ve en otros deportes».

Por sus valores y su trayectoria deportiva fueron reconocidas como mejor equipo femenino de Navarra en 2017, otro reconocimiento al trabajo iniciado por unas universitarias que en poco más de una década se han convertido en el equipo a batir. ■



Foto: Maritxu zafándose de la defensa del Eibar.



Foto: Amaia Lacunza preparando un tiro a palos.

Plantilla

SÉNIOR

ARANTXA URSÚA ANDRÉS
JESSICA GONZALEZ RECIO
HAIZE GOÑI GARCIA
MARIA URTASUN LARRAT
AMAIA BALLANO BERRIO
ANA MARIÑELARENA URDANIZ
LEIRE RODRÍGUEZ OÑATIBIA
AINHOA DÍAZ CHANGO
CLARA LISO CAMPOS
ANA ISABEL SOSPEDRA HARDING
NOELIA TELLETXEA SENOSIAIN
MAIKA IRAIZOZ CIA
AINHOA GIRALDO GARCIA
LAURA RUIZ DE ERENCHUN RAMÍREZ
VICTORIA ALLO PEJENAUTE
HAIZEA DONAMARIA MARTIN
IRENE REYES ELIZALDE

SUB-20

IRENE RUIZ DE ERENCHUN IGEA
MADDI BRACO GUERENDIAIN
MARIA ETXEBERRÍA NUÑEZ
IXIAR BRACO GUERENDIAIN
IRAIDA MARIÑELARENA URTASUN
SARA LOSUA SANZ
IVET FRANCES TIRAPU
EKHIÑE ARMENDIA CUÑADO
MAIALEN MARTURET ZIA
ANE ZABALZA ZELAIA
NAHIA JIMENEZ ETXARRI

SUB-18

SAIOA GANUZA ADOT
GARAZI TEJEDOR LASA
TECLA MASOKO
MIREN IRIGOYEN GARCIA
AMAIA LACUNZA LARA
MAITE IBARRA BERRAONDO
AMAIA FABO PEREZ
VIRGINIA DUCHA CORDERO
SAIOA MUR RAZQUIN
GARAZI SANTOS BASTERRA
IRATI LAZCANO MARCO
BEATRIZ GOÑI MIRANDA
NEREA NAVARRO RUIZ

Foto: Jugadoras de La Unica en un «ruk».
Autoría: Cristina Núñez Baquedano.

PIONERAS

**Educar a jóvenes,
gestionar equipos,
transmitir valores**

**Teresa
Motos Izeta**
(San Sebastián, 1963)

«Educar a jóvenes, gestionar equipos, transmitir valores». Esta es la tarjeta de presentación de una mujer que lleva toda una vida vinculada al deporte. Primero como deportista de élite. Años más tarde como entrenadora y profesora de Educación Física, pero siempre jugadora de hockey hierba, deporte que empezó a practicar cuando apenas tenía diez años y al que continúa jugando superados los cincuenta.

Todas las fotos han sido cedidas por Teresa Motos.

PIONERAS

Educar a jóvenes, gestionar equipos, transmitir valores

Nació en San Sebastián y deportivamente su referencia fue la Real Sociedad, pero Navarra ha formado siempre parte de su vida. Desde los veranos en Elizondo, localidad natal de su madre, hasta su puesto de trabajo en Pamplona, ciudad en la que reside y ejerce como profesora.



Foto: Motos en sus primeros años con la Real Sociedad.

Su historia está llena de títulos, aunque el que guarda con mayor celo es el de campeona olímpica en Barcelona 1992. Con su medalla de oro al cuello llegó a Pamplona a trabajar como profesora. Había terminado la carrera un año antes de los Juegos, en el 91, y dedicó ese año en cuerpo y alma al equipo olímpico.

«Éramos muy reivindicativas»

Alcanzó la gloria en un deporte, el hockey hierba, al que había llegado por casualidad: *«Se hizo una promoción por los colegios de San Sebastián. En mi colegio solo iban a sacar equipo para los chicos y como nosotras éramos muy reivindicativas nos apuntamos. Salíamos al recreo con los palos para jugar y luego entrenábamos... en campos que nada tienen que ver con los actuales. Las infraestructuras en 1978 no eran las de ahora, pero la ilusión y las ganas, las mismas. Un par de años después me llamaron de la Real Sociedad. Así empezó todo».*

Lo que comenzó como casualidad pronto se convertiría en una forma de vida. Con la Real conquistaría cinco títulos de Liga y tres Copas de la Reina. A nivel de selección alcanzaría la máxima cota proclamándose campeona olímpica en Barcelona 1992, una medalla de oro histórica, la primera para los deportes de equipo españoles. Su debut con la Absoluta fue muy temprano: *«Jugué mi primer partido internacional con diecisiete años y abandoné la alta competición en 1997, después de dos Juegos Olímpicos y 178 partidos internacionales, multitud de viajes, campeonatos mundiales y europeos».*



Foto: Dando instrucciones a sus compañeras de la Real Sociedad en un partido.



Foto: Equipo de la Real Sociedad de los años 80. Motos, segunda por la izquierda en la primera fila.

PIONERAS

Educar a jóvenes, gestionar equipos, transmitir valores

Siempre compaginó el deporte de competición con sus estudios universitarios. Mientras jugaba en la Real Sociedad estudió Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en Vitoria y se licenció en el momento oportuno. *«Justo antes de los Juegos acabé la carrera y me fui a Madrid a entrenar. Había que dar lo máximo posible y se hicieron dos centros de concentración, Madrid y Barcelona. Entrenábamos mañana y tarde, entrenamientos de todo tipo. Estuvimos hasta enero de 1996 en Madrid y después nos fuimos a Cuba para buscar unas condiciones de calor y humedad como las de Barcelona. A nuestro regreso seguimos en las dos concentraciones de San Cugat y Madrid y en cuanto pudimos nos fuimos a la Villa Olímpica. Creo que la estrenamos nosotras»*, recuerda.

«Nadie apostaba por nosotras, solo nosotras»

«Brasa era un visionario, muy innovador», haciendo referencia al responsable de aquel equipo campeón, José Manuel Brasa. *«Veo cosas que se hacen ahora y nosotras ya las hacíamos. Se implicó mucho en aspectos que ahora se consideran novedosos y que se hacen en equipos profesionales, como alimentación, psicología, que no se trabajaban en mi época, pero él ya lo hacía»*. Motos apunta al sistema de entrenamiento, a la planificación como decisiva para conquistar aquel histórico oro pero también la conjunción de un grupo de mujeres que tenían un objetivo común. *«En Barcelona éramos una piña. Un equipo muy fuerte con liderazgo de muchas»*.



Foto: Selección olímpica de hockey hierba en la Villa Olímpica de Barcelona 92. Motos, segunda por la izquierda en la fila central. Autoría: Archivo del COE.

Todas sumando. Éramos jugadoras que habíamos vivido el ascenso del hockey. Cuando yo empecé a competir a nivel internacional no ganábamos a Alemania o a Holanda. En aquella época estábamos entre el puesto undécimo y duodécimo del ranking internacional. Fue empezar a entrenar y empezar a escalar, ganar a Bélgica, a Inglaterra, selecciones que antes siempre nos ganaban.

Fuimos subiendo peldaños y de repente nos encontramos compitiendo de tú a tú con los mejores equipos del mundo. Vivimos ese crecimiento y nos dio alas a un núcleo fuerte de personas que tiramos para adelante cuando nadie apostaba por nosotras, solo nosotras». Recuerda con emoción aquellos Juegos, el pitido final que les daba el oro, el podio... pero para ella el

momento más especial fue el partido ante Corea. «Era la semifinal, si ganábamos teníamos ya la medalla. Conseguir ganar a Corea, que era un super equipo, y pasar a la Final..., dijimos «¡el oro no se nos va!». Ese fue para mí el momento. Fue muy intenso».

Cuatro años después los resultados no se repitieron. «En Atlanta había más presión, veníamos de ganar el oro, no podíamos fallar. La mitad del equipo era nuevo. Hay cosas intangibles que te llevan a un oro o a nada. Llegas a un partido y dos detalles son un gol, es la victoria o la derrota. Y un poste te deja fuera. Hay muchos matices... el equipo de Barcelona era mentalmente muy fuerte».

«Ahora el objetivo es disfrutar jugando»

Casi dos décadas en el alto nivel, pero nunca se ha retirado. En la actualidad sigue jugando en Segunda División con el Lagunak y con la selección de veteranas. «Antes el objetivo era ganar o quedar lo mejor en la liga. Ahora queremos ganar, pero no es el objetivo. El objetivo es disfrutar jugando. Si ganas, genial. De hecho, hay gente que deja la alta competición porque no vale para la presión de tener que ganar. Depende de las personas, hay otros deportes en los que también se alarga la carrera deportiva. Sí puede tener algo que ver -que continúe en activo en el hockey- los campeonatos de veteranas donde el ambiente es muy bueno y los torneos de Segunda División en los que se mezclan jóvenes y veteranas como yo, que



Foto: Podio olímpico de Barcelona '92 con la selección de hockey luciendo la medalla de oro.
Autoría: Archivo COE.



Foto: Con Ainhoa y Lucía, dos jóvenes jugadoras del equipo de Segunda División de la Real Sociedad, hijas de antiguas compañeras de Motos.

hemos terminado la etapa de competición y queremos seguir jugando. He llegado a jugar con las hijas de mis amigas y compañeras de hockey. Para mí es una suerte. Al final es un estilo de vida. Yo tengo motivación intrínseca. Me lo paso bien haciendo deporte. Me siento bien con las personas de mi equipo. Disfruto mucho encontrándome con los equipos contrarios».

«Barcelona fue un punto de inflexión»

Este verano pudo disfrutar por todo alto porque en Tarrasa se daban cita 66 selecciones nacionales de todos los rincones del mundo compitiendo en la gran fiesta del hockey, la Exin Master World Cup, el Mundial de veteranas que ha acogido el Club Egara. España ha presentado equipo en las categorías de +35, +40, +45 y +50, categoría en la que juega Teresa Motos. «Los grupos de veteranas de +35 a +45 son bastante numerosos -explica-, pero en mi categoría es más difícil encontrar candidatas, porque para jugar un campeonato hay que estar bien físicamente, no es hacer deporte esporádicamente. Es lo que más cuesta, mantener en el tiempo la actividad deportiva. Es muy curioso que donde más mujeres hay es en +40 y +45. En +35 hay muchos hombres, pero en categoría femenina hay muchas mujeres en edad de tener hijos y es más difícil hacer equipo. Ya en 40-45 años aumenta el número. En +50 hay menos porque vas cumpliendo años y si has dejado el deporte, retomarlo es más difícil. Cuando empezó la competición de veteranas hace



Foto: Con la selección Máster +50. Motos, agachada en el centro.

unos diez años, el nivel de participación era mucho más bajo que los hombres porque todavía estamos en crecimiento en el deporte femenino. Siempre he dicho que Barcelona fue un punto de inflexión, en cuanto a nivel de entrenamiento y competición. Hubo dinero, se apostó por el deporte femenino... pero todavía el hábito sigue siendo menor y en todas las categorías veteranas es mucho mayor la presencia de hombres que de mujeres. Ahora el nivel es altísimo, hay deportistas buenisimas... Y en la buena participación en este Mundial Máster se ve la evolución de nuestra sociedad».

Una evolución que se refleja también en un curioso movimiento que se ha originado en el hockey, la Liga Mamis. «Es un movimiento espectacular de madres y padres de niñas y niños que juegan a hockey que han

decidido aprovechar ese rato en el que entrenan para aprender a jugar. Algunas no habían hecho deporte en su vida y se han enganchado. Se han creado un montón de equipos, con campeonatos de España, torneos... Incluso ese movimiento ha alimentado a la selección de +50».

«Es una gozada ver las escuelas deportivas de ahora»

Desde que empezó a competir en 1978 ha visto un gran cambio en su deporte, nuevas reglas, menos faltas, más dinámico, más atractivo y también con más licencias. Cuando ella ganó el oro olímpico el hockey español solo tenía 430 licencias femeninas. Ahora el número se ha decuplicado, 5.938 fueron las federadas en 2017, aunque sigue siendo un deporte minoritario. *«Es una gozada ver las escuelas deportivas de ahora. Tienen más recursos. No hay muchas licencias en hockey, porque hay mucha competencia entre los deportes. Baloncesto, balonmano, voleibol... todos quieren tener más. En los colegios, en las categorías inferiores, hay muchas niñas que practican deporte, pero en la adolescencia, sobre todo en bachillerato hay una espantada de jugadoras, más en mujeres que en hombres, pero ellos también lo dejan. En el paso a la universidad suele haber abandono. Conviene hacer campañas. Donde se ha hecho campaña han salido jugadoras, pero también hay que tener entrenadoras, entrenadores, compromiso de las familias... Hay veces que a las familias les cuesta mucho acompañar a sus hijas e hijos. Supone un compromiso llevarles a los*



Foto: Reencuentro en 2017 con sus compañeras del equipo olímpico de Barcelona '92.

partidos. La sociedad también influye. Una familia a la que a los padres y madres les gusta el deporte tienen más boletos sus hijos o hijas de hacer deporte, porque será parte de la educación que les den, porque le dan importancia, al menos esa ha sido mi experiencia».

De la importancia del deporte en la sociedad habla desde su experiencia como deportista de alto nivel. *«El deporte de competición trabaja muchos valores de esfuerzo, de espíritu de sacrificio, compañerismo... la competición genera ese plus. El deporte bien hecho y bien llevado es saludable. Me hace gracia cuando me dicen que todos los deportistas estamos machacados. Yo tengo más amigos que no han hecho deporte y tienen tantos achaques como*

yo, que si las rodillas, las caderas... El desgaste de vida. Está demostrado, los médicos de cabecera recomiendan ejercicio. La Organización Mundial de Salud lo recuerda cada año. Para mí el deporte es salud. Nuestra vida cada vez es más sedentaria y hay que compensarlo o nuestros músculos se atrofian. Andar, hacer deporte de ocio o de competición, cada persona en la medida que pueda», recomienda como especialista en educación física que es. Como profesora le gusta transmitir esas ideas, «me gusta educar en valores. La Educación Física en la escuela no es rendimiento, el rendimiento está en los clubes. En el colegio tiene que crear hábitos, fomentar valores, intentar mejorar. Creo que es una herramienta muy buena a nivel de educación integral».

También ha trabajado en rendimiento al otro lado del campo, como entrenadora. *«Cuando llegué a Navarra hice una escuela en Agustinos. Tuve hasta cincuenta chicas que competían en Euskadi. Alguna llegó hasta la selección nacional sub 18 que fue campeona de Europa. Y a alguna me la llevaba a San Sebastián cuando todavía jugaba en Primera y les iba buscando equipos. También estuve diez años en las escuelas de hockey de la Universidad. Saqué un equipo mixto que jugaba en la 2ª división de Euskadi y llegó un momento que se cerró el colegio, en la universidad había rachas... pero me encontraba muy sola y se acabó. Durante mucho tiempo fui la delegada de la Federación Española en Navarra, porque no hay federación territorial. Hace falta mucha implicación, que no dependa de una sola persona y no se consiguió hacer red», lamenta la única campeona olímpica de hockey en Navarra. ■*

Historial

- Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en Vitoria. Postgrado en Gestión de entidades deportivas.
- Entrenadora nacional de hockey hierba.
- Seleccionadora nacional de hockey sala en 1995.
- Profesora de EF en el Colegio Hijas de Jesús de Pamplona desde el 2004.
- Coordinadora de la Escuela deportiva de hockey de la UPNA hasta 2010.
- 178 partidos con la Selección Absoluta.
- Campeona olímpica en Barcelona 1992.
- Diploma olímpico (8ª) en Atlanta 1996.
- Jugó en División de Honor desde 1980 a 1999 en la Real Sociedad.
- 5 ligas de División de Honor.
- 3 títulos de Campeona de España de hockey sala.
- 3 Copas de la Reina.
- Oro en el Campeonato de Europa B de clubes con la Real.
- En 1997, coincidiendo con su retirada de la selección española, fue elegida Mejor Deportista Navarra.
- Este mismo año, 2018, ha recibido el Premio Deportista Leyenda otorgado por el Diario Vasco a toda una trayectoria ligada a la Real Sociedad.



Por la corresponsabilidad en el deporte

La Fundación Miguel Indurain ofrece una serie de recursos y ayudas que permitan encontrar la mejor fórmula para compaginar las diferentes facetas de la vida de las y los deportistas navarros de rendimiento (personal, deportiva, laboral y familiar).

La Fundación sigue impulsando el área de Mujer y Deporte con un nuevo programa de corresponsabilidad familiar que pretende conocer los obstáculos y problemas a los que tienen que hacer frente en su día a día las y los deportistas de rendimiento.

El programa se materializará en servicios y subvenciones para afrontar gastos relacionados con:

- Cursos y servicios orientados a la prevención y recuperación pre y post parto.
- Acceso a diferentes instalaciones deportivas y en diferentes horarios.
- Servicios de guardería durante entrenamientos y competiciones.
 - Compaginación de estudios con entrenamientos y competiciones.
 - Viajes y desplazamientos a competiciones del grupo familiar directo.



Hacia la élite del baloncesto

La Federación Navarra de Baloncesto, la Fundación Miguel Indurain y la Fundación Navarra de Baloncesto Ardoi - Megacalzado firman un convenio de colaboración que pretende desarrollar un proyecto de estructuración del baloncesto femenino navarro en categorías junior y senior.

El convenio, firmado en el marco del proyecto «Hacia la cumbre del deporte», busca que las jugadoras navarras puedan tener un equipo en la élite del baloncesto nacional. Para ello se dará soporte a Megacalzado Ardoi, de 1ª Nacional, como equipo referente de este proyecto, para que opte a competir en las máximas categorías nacionales con un porcentaje elevado de jugadoras navarras.

A este proyecto del baloncesto navarro se han adherido los clubes: Liceo Monjardín, Valle de Egüés, Oncinada, San Ignacio, Burlada, Larraona Claret, San Cernin, Mendialdea, Paz de Ziganda Ikastola y Universidad de Navarra. En total, se calcula que el proyecto alcanzará a unas 2.600 licencias.

Presencia y tratamiento de las deportistas en los medios de comunicación navarros

El Instituto Navarro de Deporte y Juventud presenta los resultados de la investigación llevada a cabo por Clara Sainz de Baranda, profesora de la Universidad Carlos III de Madrid, sobre el tratamiento que los medios de comunicación navarros hacen de las mujeres en el deporte.

El estudio nos muestra cómo la visibilidad de las deportistas sigue siendo muy inferior. Solo el 6,1% de las informaciones analizadas están protagonizadas por mujeres frente al 87,10% que están protagonizadas por hombres. La investigación señala cómo esa falta de referentes femeninos para las niñas y adolescentes puede influir a la hora de elegir si practicar deporte o no, pero también en la profesionalización y la dignificación del deporte y de las deportistas.

EL DEPORTE DE ELLAS VALE 
DEPORTISTAS
Navarras

¿Quieres recibir los próximos boletines de Deportistas Navarras?



Nafarroako  Gobierno
Gobernua de Navarra

DEPORTISTAS NAVARRAS
Nº 2. OCTUBRE 2018

Publicación periódica digital del
Instituto Navarro de Deporte y Juventud
Navarra Arena. Casa del Deporte 1ª Planta
C/ Sadar s/n. 31006 Pamplona (Navarra)
T. 848 42 78 92 - F. 848 42 36 28
www.deporteyjuventudnavarra.es

Coordinación:
Rubén Goñi Urroz
Begoña Echeverría Beroiz

Redacción:
Cristina Gallo Suárez

Diseño y maquetación:
Ana Simionescu

Nafarroako Kirolaren eta  Instituto Navarro de
Gazteriaren Institutua Deporte y Juventud

Por la igualdad del deporte

En la vida,
como en el
deporte,

Bizitzan,
kirolean
bezala,

IGUALDAD_

_BERDINTASUNA